

marie-claire

www.marie-claire.es

NOS ESTIMULA
Fitness para tu
ritmo de vida

NOS INTERESA
¿Empoderan
las revistas
femeninas?

NOS EMOCIONA
Madres que
desentierran
a sus hijos

Más de
25
LOOKS
DE VERANO

**El baño
más
tentador**

Penélope
nos cuenta

**“Soy feminista
desde siempre”**

TRATAMIENTOS EN CABINA

Acompañar tu plan de entrenamiento de otras herramientas como los tratamientos estéticos puede mejorar, y mucho, los resultados.

RODILLAS EFECTO 'SPINNING'

La Clínica Mira+Cueto (clinicamiracueto.com) ofrece un tratamiento médico estético que combina: infiltraciones de *Lipolíticos* para eliminar los acúmulos grasos; *Radiesse* para estimular el colágeno; y *Ultherapy* para reafirmar y tonificar la piel (765 euros/sesión). "La piel de la rodilla tiene poco colágeno y, por ende, tiende a la flacidez y, en algunos casos, puede acumular grasa", señala la Dra. Mar Mira.

AUMENTO DE GLÚTEO

Con el paso de los años es inevitable que se caiga y disminuya su proyección. Hasta ahora, lo más común era usar ácido hialurónico para redondearlos, pero en la Clínica Virtud Estética (virtudeestetica.com) también utilizan Ácido Poli-l-láctico (2000 euros/sesión), un *filler* que ya se usa en facial gracias a su seguridad y buenos resultados. "Estimula el colágeno, y mejora la flacidez y el aspecto de la piel, pudiendo disminuir incluso la celulitis", asegura la Dra. Virtudes Ruiz.

UNA TALLA MENOS

Pirolipolisis (800 euros/10 sesiones) es el tratamiento no invasivo que asegura reducir el contorno gracias a la combinación de la tecnología de Inmode. "Está especialmente indicado para las zonas con grasa muy fibrosa que no se moviliza ni con el ejercicio ni con la dieta", aclara la Dra. M.^a Soledad Lagüens (clinicalaguens.com).



Bikini blanco, de CK Calvin Klein.

BIENESTAR SENSORIAL

Sus fórmulas son tan efectivas como agradables. Te ayudarán a conectar con tu yo interior mientras cuidas el exterior de tu cuerpo.



1. Tratamiento adelgazante *Le Sculpteur*, de Sisley (184 €).
2. Crema reafirmante *Skin Tone*, de Bioline Jatò (70 €).
3. Gel de ducha revitalizante *Rève de Thé*, de Nuxe (9,90 €).
4. Aceite reafirmante con retinol *Firming Oil*, de Sarah Becquer (210 € / en thebeautyconcept.com).
5. Crema exfoliante renovadora *Peel*, de Filorga (24,90 €).
6. Máscara de barro *Anticelulítico*, de Somatoline Cosmetic (49,50 €).